



Mi Universidad

Nombre del Alumno JENNIFER LOPEZ VELAZQUEZ

Nombre del tema DIETAS TERAPEUTICAS BASICAS

Parcial 2

Nombre de la Materia NUTRICION PLINICA

Nombre del profesora DANIELA MONCERRATH MENDEZ GUILLEN

LICENCIATURA EN ENFERMERIA

3 Cuatrimestre

NOMBRE DE LA DIETA

DIETA LIQUIDA

EN QUE CONSISTE

La dieta líquida está compuesta, como su nombre indica, por alimentos de textura líquida a temperatura ambiente, cuyo objetivo es aportar fluidos y electrólitos a individuos que presentan una enfermedad de base que sólo les permite realizar una dieta de textura líquida o recibir una mínima estimulación gastrointestinal.

INDICACIONES

La dieta líquida son dietas utilizadas en el ámbito hospitalario y ambulatorio, en pacientes con situaciones específicas que necesitan un cambio en la textura en su dieta o una mínima estimulación gastrointestinal.

| ALIMENTOS PERMITIDOS | NO PERMITIDOS |
|--|--|
| Agua Jugos de frutas, incluso néctar Mantequilla margarina aceite helado común yogurt helado azúcar miel jarabes caldo de sopa | Queso Carne Cereales verduras Helados que contengan algún solido a dentro |

NOMBRE DE LA DIETA

DIETA BLANDA

EN QUE CONSISTE

Es un tipo de dieta recomendada para mitigar problemas relacionados con el aparato digestivo.

INDICACIONES

Incluye alimentos que son suaves no muy picantes y con poca fibra.

| ALIMENTOS PERMITIDOS | NO PERMITIDOS |
|-----------------------------|----------------------|
|-----------------------------|----------------------|

| | |
|---|--|
| leche verduras cocidas papas panes galletas jugo de fruta cereales caliente carnes tiernas | lácteos grasosos verduras crudas frutas deshidratadas cereales de salvados pasta |
|---|--|

NOMBRE DE LA DIETA

DIETA HIPOCALORICA

EN QUE CONSISTE

es aquella que aporta menos de 800 kcal/día con el objetivo de maximizar los resultados de la restricción calórica en el tratamiento del exceso ponderal.

INDICACIONES

se basa en su contenido calórico, y por tanto conceptualmente es posible la elaboración de una dieta muy baja en calorías basada en alimentos.

| ALIMENTOS PERMITIDOS | NO PERMITIDOS |
|--|--|
| Leche desnatada Yogurt desnatado Fideos Clara de huevo Pavo picado | Procesadores Carbohidratos alcohol |

NOMBRE DE LA DIETA

DIETA HIPERCALORICA

EN QUE CONSISTE

Es una dieta pensada para lograr un aumento de peso, mejorando la calidad y cantidad de lo que se come.

INDICACIONES

Normalmente se utiliza para aumentar masa muscular, se necesita de una dieta de estas características, pero siempre se realiza bajo la supervisión de un profesional en nutrición que valore tus necesidades personales y la necesidad energética del individuo.

| ALIMENTOS PERMITIDOS | NO PERMITIDOS |
|--|----------------------|
| Crema de cacao Mantequilla Cacahuete Nueces Frutos secos Manteca de cerdo Aceite Tocino | Procesos cereale |

NOMBRE DE LA DIETA

DIETA HIPOPROTEICA

EN QUE CONSISTE

una restricción moderada de la ingesta de proteínas en paciente con diálisis, la ingesta debe de ser mayor para compensar el carácter catabólico de la técnica

INDICACIONES

Las recomendaciones de ingesta proteica varían en función del estadio del paciente.

| ALIMENTOS PERMITIDOS | NO PERMITIDOS |
|---|--|
| cereales pastas Pan Arroz Harinas | Carnes frías Embutidos Vísceras Carnes rojas en baja proporción |

NOMBRE DE LA DIETA

DIETA HIPERPROTEICA

EN QUE CONSISTE

Son dietas en las que predominan los alimentos ricos en proteína

INDICACIONES

Indicada para cubrir los requerimientos de calorías y nutrientes de las gestaciones y lactantes.

| ALIMENTOS PERMITIDOS | NO PERMITIDOS |
|---|----------------------|
| CARNES pescado huevos leche y derivados cereales leguminosas | ninguno |

NOMBRE DE LA DIETA

DIETA HIPOSODICA

EN QUE CONSISTE

Cubre las necesidades de energía y nutrientes. Se deriva de la dieta corriente.

INDICACIONES

La dieta hiposódica o baja en sal está pensada para aquellas personas que padecen de hipertensión arterial (presión alta), insuficiencia renal y/o insuficiencia cardíaca.

| ALIMENTOS PERMITIDOS | NO PERMITIDOS |
|---|---|
| Aves y otras carnes bajas grasas. Pescados frescos de agua dulce o de mar. Huevos. Lácteos y derivados descremados Queso sin sal. Pan sin sal. Harina, pastas alimenticias, cereales (mejor si son integrales). | Sal de cocina y mesa: sal yodada y sal marina. Carnes saladas, ahumadas y curadas. Pescados ahumados, desecados, en conserva, congelados y mariscos. Embutidos en general: fiambres, patés, charcutería. Quesos en general, aunque se pueden tomar quesos frescos sin sal. Pan con sal. |

NOMBRE DE LA DIETA

DIETA MECANICA

EN QUE CONSISTE

La base de esta dieta es la blanda y se modifica la textura con el fin de facilitar el consumo de los alimentos.

INDICACIONES

En casos de disfagias o patologías de la cavidad bucal. Características de la dieta

| ALIMENTOS PERMITIDOS | NO PERMITIDOS |
|-----------------------------|----------------------|
|-----------------------------|----------------------|

| | |
|--|--|
| <p>Pan muy blando Frutas muy blandas como melón, papaya sin cascara ni semillas, preferiblemente en presentación de compotas.</p> <p>Verduras horneadas en forma de purés</p> <p>Papa, plátano en forma de purés y papillas</p> <p>Carnes, pollos y pescados siempre y cuando sean molidos</p> | |
|--|--|